
bayard
JUIN 2023
SO FOOT CLUB
SO PRESS ×
10-15 ANS
ESPORT
LE NOUVEAU CLUB DE
SQUEEZIE, GOTAGA ET BRAWKS
NOUVELLE FORMULE
100% ADO
LE BOSS
COMMENT MBAPPÉ EST ARRIVÉ AU TOP
N° 92 - Juin 2023 - 4,90 €
L 13817 - 92 - F: 4,90 € - RD
LIGUE 1 Uber Eats
PARIS SAINT-GERMAIN
EN CADEAU
TON POSTER COLLECTOR
REPORTAGE
LES MÉTIERS DU FOOT
BD
JE M'APPELLE KYLIAN
ÉPISODE 1

ÉDITO

Le foot, c'est ce sport que tu pratiques avec les copains et les copines ou au sein de ton club. Le foot, c'est ce jeu sur ta console, mais ce sont aussi ces moments intenses devant la télévision ou au stade, partagés avec tes parents ou tes amis. C'est cette équipe que tu vas supporter avec fougue, ce maillot qui te fait rêver, les exploits de ces joueurs qui ont marqué l'histoire et qui continuent d'inspirer tes idoles d'aujourd'hui.

Le foot, c'est tout ça et même un peu plus, et c'est ce que tu retrouveras chaque mois dans *So Foot Club*. **Une bonne dose d'actu, de culture et d'histoire, mais aussi des jeux, de l'esport ou encore des conseils pour améliorer ta pratique et devenir, avec quelques efforts, aussi performant(e) que ton (ta) footballeur(euse) préféré(e).**

Des efforts, en plus de son talent, il en a fallu à Kylian Mbappé pour parvenir à un tel niveau. À 24 ans, il a déjà remporté un titre de champion du monde et est désormais le capitaine de l'équipe de France. Fort de sa jeunesse et de son génie, il incarne le présent et l'avenir du foot. Qui d'autre aurions-nous pu choisir pour la couverture du premier numéro de cette nouvelle formule de *So Foot Club* ? On cherche encore...

ANGÉLIQUE ADAGIO
& SIMON CAPELLI-WELTER

SOFOOT CLUB



Bonjour à tous !

Quel plaisir de vous retrouver dans ce premier numéro de la nouvelle formule de So Foot Club. Vous allez chaque mois pouvoir y lire des articles sur notre passion commune : le football.

Et la lecture c'est important. Consacrez-y du temps pour vous instruire et pour tout apprendre sur ce qui vous fait rêver.
Et si vous lisez attentivement, vous découvrirez dans ce premier numéro mon parcours et quelques expériences vécues qui m'ont permis d'aller au bout de ma passion et de réaliser mes rêves !!

J'espère que cela vous inspirera pour atteindre les vôtres !

À très vite sur les terrains



SOMMAIRE



ACTUS

C'EST CULTE !

EN COUVERTURE



REPORTAGE

LE CLUB SOFOOT

LA PHOTO DU MOIS



LE SACRE DU NAPOLI

Enfin, le Napoli est à nouveau sacré champion d'Italie. Cette saison, après un parcours exceptionnel ponctué de victoires éclatantes, les Napolitains voient leurs efforts récompensés. L'exploit est d'autant plus remarquable que l'équipe de Naples a commencé la saison fragilisée par le départ de plusieurs piliers de l'équipe. Mais les joueurs de Luciano Spalletti se sont totalement dépassés. Après 33 ans d'attente, ils décrochent le titre tant attendu par toute une ville, et la fête peut commencer ! Reste à savoir quand elle va finir...

Ce titre est aussi l'occasion pour les Napolitains de rendre hommage à leur idole, Diego Maradona, comme on peut le voir sur le maillot de ce supporter.

PAR SIMON CAPELLI-WELTER



LE RETOUR DES CLUBS ITALIENS

L'Inter en finale de Ligue des Champions après avoir battu le Milan AC en demi, **la Roma** en finale de l'Europa League et **la Fiorentina** en finale de l'Europa Conference League : les clubs italiens sont de retour au top.



LAMINE YAMAL JEUNE PREMIER

Lors de la 32e journée du championnat espagnol, **Lamine Yamal est devenu le plus jeune joueur du FC Barcelone** à faire ses débuts en Liga, à 15 ans et 290 jours. Il est entré sur le terrain lors d'un match contre le Real Betis pour remplacer Gavi, à peine plus âgé (18 ans).



Lamine Yamal



Erling Haaland

LE RECORD D'HAALAND

Le 3 mai dernier, **Erling Haaland a battu le record de buts marqués en une saison de Premier League**, alors que la saison n'était même pas finie. L'attaquant de Manchester City a marqué son 35e but ; le record était détenu jusque-là par Andy Cole (saison 1993-1994) et Alan Shearer (1994-1995).



TOP

PHOTOS : ICON SPORT

FLOP





LE DÉPART D'AULAS

Certes, le départ de Jean-Michel Aulas, président historique de l'OL, était attendu. **Mais ça n'en reste pas moins un cataclysme.** John Textor, nouvel actionnaire majoritaire du club, a en effet mis fin à l'ère Aulas, qui a duré 36 ans.

LE BLUES DE CHELSEA

Saison galère pour les Blues, au point de devoir lutter pour se maintenir en Premier League. Objectif atteint après une victoire à Bournemouth début mai, qui leur a permis d'éviter le pire, mais pas le sentiment de complet gâchis.



NEYMAR INQUIÉTÉ

Alors que des supporters du PSG manifestaient leur mécontentement devant le siège du PSG, une petite centaine s'est déplacée jusqu'au domicile de Neymar. **De quoi inquiéter le joueur et son entourage, et franchir la limite de l'acceptable.**



Frank Lampard, coach de Chelsea.

CLASH À LA RÉDAC

FAUT-IL LIGOTER LES GARDIENS SUR PÉNALTY ?

PAR ANGÉLIQUE ADAGIO



Emiliano Martinez

PHOTOS : ICON SPORT

PROLONGATIONS

CRIS RACISTES QUAND EST-CE QUE ÇA S'ARRÊTE ?

Le 21 mai dernier, le Real s'est déplacé à Valence pour la 35e journée de Liga. Menés 1-0, les Madrilènes allaient rentrer au vestiaire quand l'attaquant Vinicius Junior a été victime de cris racistes venant des tribunes. Après une bagarre générale, le Brésilien a récolté un carton rouge. L'affaire a fait scandale et Vinicius a reçu de nombreux soutiens, depuis Lula, le président du Brésil, jusqu'à Carlo Ancelotti, l'entraîneur du Real Madrid. La commission de discipline de la Fédération espagnole de football a vite pris une décision radicale : annuler le carton rouge et sanctionner sévèrement le club de Valence. **La tribune de supporters accusée est fermée pour cinq matchs et l'équipe doit régler une amende de 45 000 euros.** On espère que ça empêchera certains de reproduire ce comportement. En attendant de faire définitivement évoluer les mentalités sur le sujet... S. C-W.



Vinicius a pris un rouge pour cette altercation avec Giorgi Mamardashvili, le gardien de Valence.

L'ACTION DU MOIS

EN INDE, LE FOOT POUR SORTIR DE LA RUE



© SLUMSOCCER.ORG

Cette année, Slum Soccer s'est retrouvée parmi les finalistes pour le Prix Laureus Sport For Good, récompensant des associations ayant pour but d'améliorer la vie des jeunes par le biais du sport. **Une belle reconnaissance pour une équipe qui s'est investie en Inde auprès d'enfants sans abri, pour les aider à se (re) construire en apprenant, à travers la pratique du foot, l'entraide, la discipline et le plaisir du jeu.** Des cours de maths et d'anglais sont aussi dispensés. Certains jeunes font ensuite carrière dans le foot, d'autres pas, mais tous ont des bases solides pour se forger un meilleur avenir. A. A.

PUNCHLINE

« Il y a des attaquants qui savent jouer au football, comme Lewandowski et Benzema. Mais Haaland ne sait pas jouer au football. »



Antonio Cassano, ancien attaquant italien, s'en est pris sur la chaîne YouTube Bobo TV au Norvégien, qui manque selon lui de qualités techniques. Apparemment, ça ne l'empêche pas de marquer.



Erling Haaland

L'ACTU DES BLEUS

Chaque mois, retrouve l'actualité des joueurs et des joueuses de l'équipe de France. Car on ne quitte jamais vraiment les Bleus des yeux.

PAR SIMON CAPELLI-WELTER



POGBA, UN RETOUR DIFFICILE

Alors qu'il revenait de blessure, Paul Pogba s'est de nouveau blessé à la cuisse lors de sa première titularisation depuis plus d'un an. De quoi venir gâcher la fin d'une saison définitivement galère...

LE PARIS SAINT-GERMAIN AU STADE DE FRANCE ? L'actualité des Bleus, ce mois-ci, c'est aussi celle de leur stade. Les propriétaires du PSG envisageraient ainsi de faire une offre pour acquérir le Stade de France, et d'y faire évoluer le PSG. Affaire à suivre...





KANTÉ DE RETOUR AU TOP !

Voilà un retour qui donne le sourire : celui de N'Golo Kanté. Absent sept mois des terrains, N'Golo a prouvé, dès son premier match en Ligue des champions contre le Real, qu'il n'avait rien perdu de son niveau de jeu.

PHOTOS : ICON SPORT

PAR SIMON CAPELLI-WELTER

AGENDA

LA SÉLECTION DES MATCHS À NE PAS RATER CE MOIS-CI.

MERCREDI 7 JUIN

FINALE DE LIGUE EUROPA CONFÉRENCE

Après la finale de la Ligue Europa quelques jours plus tôt, c'est au tour de la Ligue Europa Conférence de rendre son verdict. Alors, qui de la Fiorentina ou de West Ham va succéder à la Roma et remporter la **deuxième édition de cette Coupe d'Europe** ?

Canal Plus, 21h

SAMEDI 10 JUIN

FINALE DE LIGUE DES CHAMPIONS, MANCHESTER CITY-INTER MILAN

La finale de Ligue des champions est immanquable. Cette affiche représente la fin de saison pour le football de club, avec **un dernier duel et une victoire en forme de consécration**. Surtout si City confirme son incroyable niveau de jeu. Mais gare à l'Inter...

Canal Plus, 21h



Cody Gakpo

papa maman allez ! J'ai pas collège demain !

MERCREDI 14 JUIN

DEMI-FINALE DE LIGUE DES NATIONS, PAYS-BAS-CROATIE

Pour cette première demi-finale, **les Orange affrontent les (damiers) Rouge et Blanc**. On pourrait bien assister à un match des plus spectaculaires.

L'Équipe TV, 20h45



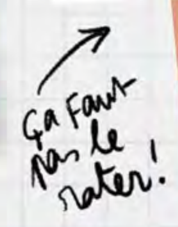
JEUDI 15 JUIN

DEMI-FINALE DE LIGUE DES NATIONS, ESPAGNE-ITALIE

On imagine que **l'Italie voudra sans doute se refaire de son absence à la dernière Coupe du monde** et se donner la chance d'aller en finale pour ajouter un nouveau titre après l'Euro.

L'Équipe TV, 20h45





DIMANCHE 18 JUIN

FINALE DE LIGUE DES NATIONS

Quelle que soit la combinaison entre Espagne, Italie, Pays-Bas et Croatie, cette finale sera une affiche, et le match devrait tenir toutes ses promesses.

L'Équipe TV, 20h45



Kylian Mbappé

VENDREDI 16 JUIN

PHASE ÉLIMINATOIRE DE L'EURO 2024, GIBRALTAR-FRANCE

Ce match est synonyme de retour des Bleus, que l'on avait laissés fin mars, après une victoire 1-0 en Irlande. On n'en attend pas moins contre Gibraltar !

TF1, 20h45

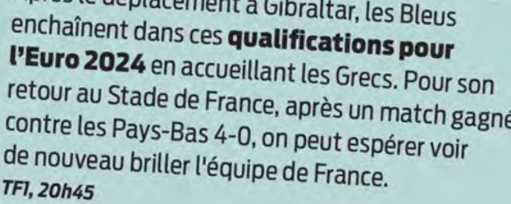
LUNDI 19 JUIN

PHASE ÉLIMINATOIRE DE L'EURO 2024, FRANCE-GRÈCE

FRANCE FFF

Après le déplacement à Gibraltar, les Bleus enchaînent dans ces **qualifications pour l'Euro 2024** en accueillant les Grecs. Pour son retour au Stade de France, après un match gagné contre les Pays-Bas 4-0, on peut espérer voir de nouveau briller l'équipe de France.

TF1, 20h45



PHOTOS : ICON SPORT

STYLÉ !

MESSI, PRÊT POUR DE NOUVEAUX HORIZONS ?

C'est peut-être bien le message envoyé en douce au PSG par Messi avec sa première campagne publicitaire en tant qu'ambassadeur de Louis Vuitton. La marque de luxe française avait déjà fait appel à lui pour une pub en compagnie de Ronaldo, mais c'est seul que l'Argentin pose dans un aéroport avec sa luxueuse valise de la gamme « Horizon ». *La Pulga* était-elle déjà prête à s'envoler de Paris ? **Où que Messi aille la saison prochaine, ce sera en tout cas avec classe.** Quant au ballon monogrammé à ses pieds, pas la peine de rêver : cette édition limitée de 1998 n'est plus vendue en magasin depuis 2003. Pas de regret, vu le prix, c'est le genre de cadeau que tu aurais eu du mal à demander pour Noël. A. A.





SHOP

LE SHORT ANTI-FUITES

Enfin, on pense aux filles ! Les équipes féminines (dont celle de la France) équipées par Nike porteront pendant le Mondial cet été des shorts dotés de la technologie « Leak Protection : Period ». Grâce à cette doublure absorbante ultrafine et discrète, les footballeuses pros (et bientôt toutes les autres) vont pouvoir jouer pendant leur période de règles sans se préoccuper d'éventuelles fuites. Et pour pouvoir dribbler l'esprit encore plus tranquille, pendant le Mondial, les joueuses Nike abandonneront le short blanc, un peu anxiogène, pour porter des shorts bleus, qui camouflent donc mieux les taches. Il fallait y penser ! A. A.

Bientôt en magasin

CÉLÉBRATION

LE CIRAGE DE GIROUD

Match retour du quart de finale de Ligue des champions entre le Napoli et l'AC Milan, le 18 avril dernier. Après une chevauchée solitaire, **Rafael Leão sert Olivier Giroud, qui n'a plus qu'à conclure.** L'avant-centre des Bleus est donc allé remercier son coéquipier pour cette offrande et lui cirer les pompes, au sens imagé. Ceci dit, Giroud a dû vraiment apprécier le geste, qui lui a permis de se rattraper après un pénalty raté plus tôt dans ce match, qui a vu le Milan se qualifier aux dépens de Naples. S. C-W.



SHOES

ADIDAS MET LE FEU AU GAZON



Nike avait déjà fait péter la couleur pour la Coupe du monde, avec ses chaussures à l'audacieux coloris « cuivre métallique » associé à des touches de rose flashy. **Adidas surenchérit avec son nouveau Heatspawn Pack.** Pour les trois modèles (Predator Accuracy, X Speedportal et Copa), l'orange incandescent domine. Une couleur tout feu tout flamme, et qui se voit de loin. Avec ces *shoes* aux pieds, on a au moins une occasion de se faire remarquer sur le terrain. A. A.

COQUÉ !

Sur le site de Rhinoshield (rhinoshield.fr), les fans du PSG peuvent commander une coque aux couleurs de leur club préféré. On a le choix entre différents modèles, à personnaliser. A. A.



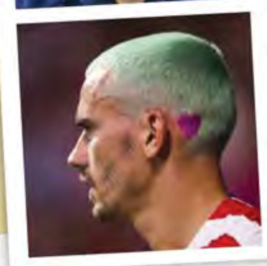
CAPILLOSTYLÉ

LES FAUX JUMEAUX DE L'ÉQUIPE DE FRANCE

Grand amateur d'expériences capillaires, **Antoine Griezmann n'en finit plus de changer de tête**. On l'a découvert pendant la Coupe du monde 2014 avec une sage coupe officier, nuque bien dégagée. Depuis, il nous a offert un festival de coiffures, avec des tentatives plus ou moins réussies : tresse, queue de cheval, bouclettes. Mais c'est en teinture qu'il est passé maître, du bleu à l'arc-en ciel, puis peroxydé au Mondial 2022 et rose bien fluo lors des dernières rencontres avec l'équipe de France. Un choix de ses filles et de sa femme, a-t-il expliqué. Qui semble plaire à **Theo Hernandez, lui aussi grand amateur de fantaisies capillaires colorées** : après avoir essayé l'argent, le platine, le bleu, le joueur de l'AC Milan est passé au rose fuchsia. Un clin d'œil à son pote Grizou ? Il va finir par lui ressembler plus qu'à son frère Lucas ! A. A.









PHOTOS : ICON SPORT

PAR ANGÉLIQUE ADAGIO

LIVRE



Tu as du mal à accepter la défaite et tu penses toujours que ce n'est pas de ta faute si tu as mal joué ? Rassure-toi, tu n'es pas le (la) seul(e) ! **Ce livre recense les pires excuses inventées par des sportifs de haut niveau**, parmi lesquels des footballeurs (coucou Antoine Griezmann), pour expliquer leurs mauvaises performances. C'est toujours ridicule, mais tellement drôle ! A.A.

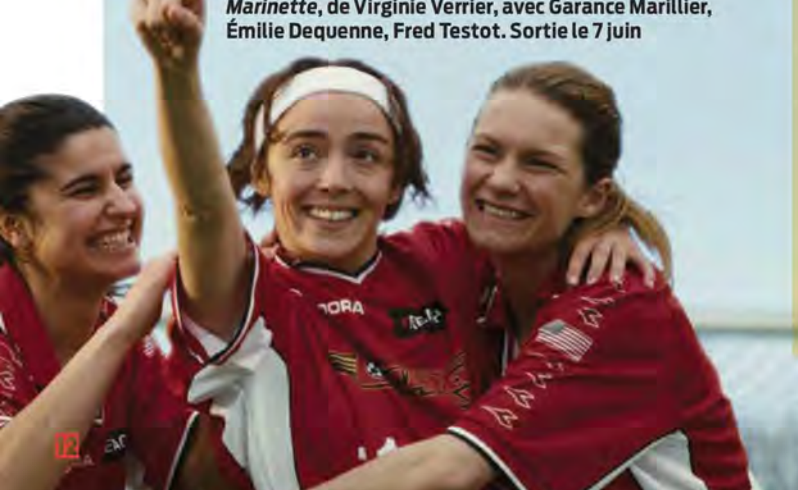
***« Mon slip était trop petit » - Les plus belles excuses des mauvais perdants* - De Christophe Duchiron et Manuel Tissier. 12,90 euros. Solar Éditions**

CINÉMA

MARINETTE À L'HONNEUR

C'est une légende du foot féminin, et même du football tout court. **Marinette Pichon a été la première joueuse française à devenir professionnelle** en allant jouer aux États-Unis, où elle s'est imposée comme l'une des meilleures joueuses. Pourtant, ce n'était pas gagné d'avance. Marinette a grandi auprès d'un père violent et alcoolique qui ne voyait pas d'un bon œil sa passion pour le foot (certaines scènes peuvent d'ailleurs être choquantes pour les plus jeunes). **Mais rien n'a détourné Marinette de son but.** Elle s'est d'abord fait une place dans un club de garçons, avant d'être sélectionnée en équipe nationale féminine, où elle a dû affronter la jalousie d'autres joueuses. Enfin, pour pouvoir vivre de sa passion, elle a choisi de s'exiler dans un pays dont elle ne maîtrisait pas la langue. **Une vraie battante, qui, jusqu'en 2020, détenait le record du nombre de buts (81) en e quipe de France**, hommes et femmes confondus ! Un destin exceptionnel, qui valait bien un film. A. A.

***Marinette*, de Virginie Verrier, avec Garance Marillier, Émilie Dequenne, Fred Testot. Sortie le 7 juin**



LA PLAYLIST DE...

ÉLISA DE ALMEIDA

© L.PESTEL / PSG

Défenseuse du PSG et de l'équipe de France

Qu'est-ce que tu écoutes pour...

... te motiver à l'entraînement



***ESSAYEZ* DE DJADJA & DINAZ.**

Les paroles, « Avant de gagner, faut essayer », ça me fait un peu penser à « Qui ne tente rien n'a rien ». C'est pareil pour les rêves, si tu n'essaies pas, tu pourras pas y arriver. Il ne faut avoir peur de rien !

... te concentrer avant un match



***COMME UNE ÉTOILE* DE BOOBA.**

Pour me motiver avant les matchs, j'écoute du rap, je mets généralement du Booba ou du Ninho. Ça me motive ++ et ça me donne envie d'aller au combat !

... décompresser après une défaite

Honnêtement, il n'y a pas de musique qui arrive à me consoler après une défaite.

... ambiancer le vestiaire après la victoire



***DÁMELA* DE BENAVIDES.**

Après la victoire, j'écoute des sons qui ambiancent, style du latino, ça fait danser tout le vestiaire !

ESPORT

GENTLE MATES
LE NOUVEAU CLUB ESPORT DE SQUEEZIE, GOTAGA ET BRAWKS

***Le trio de créateurs de contenus vient d'annoncer son arrivée dans le jeu vidéo compétitif avec la création de sa structure, Gentle Mates, mais aussi de deux* rosters *sur* Valorant *et* Fortnite.** PAR CLÉMENT BERNARD

C'est officiel depuis le 13 avril dernier avec la parution d'une vidéo vue plus de 15 millions de fois sur Twitter et qui a déjà généré 417 000 followers sur les réseaux sociaux. **Gentle Mates n'a que quelques semaines, et la nouvelle équipe a déjà créé une hype sans précédent dans l'esport.** Rien de plus normal quand on s'intéresse au trio fondateur. Corentin « Gotaga » Houssein et Kevin « Brawks » Georges sont présents dans le monde de l'esport depuis plus de 10 ans, avec des carrières légendaires sur *Call of Duty* et surtout la création de Team Vitality en 2013. Gotaga est d'ailleurs l'une des stars du milieu grâce à sa reconversion sur *Fortnite* et en tant que streameur sur Twitch. Et difficile de ne pas connaître l'autre élément du trio, Lucas « Squeezie » Hauchard, le créateur de contenus le plus suivi de France sur YouTube ou sur Twitch.

Valorant et Fortnite pour commencer…

Les premiers *rosters* des Gentle Mates ont également été annoncés. Squeezie, Gotaga et Brawks ont d'abord jeté leur dévolu sur *Valorant*, le FPS de Riot Games, en recrutant les joueurs de SBG : TakaS, NataNk, beyAz, logaN et Wailers.



L'objectif est simple : accéder le plus vite possible à l'élite européenne, le Valorant Champions Tour. Gentle Mates sera aussi présent sur *Fortnite* avec PodaSai et Snayzy qui seront gérés par Nikof. Les ambitions sont grandes : se qualifier aux FNCS en fin d'année.

… Call of Duty ensuite ?

Reste à savoir quels seront les prochains esports ciblés par Squeezie et ses associés. On pense à *Rocket League*, *Smash Bros Ultimate* ou encore *Counter-Strike*. Mais l'objectif numéro 1 pour Gotaga, c'est *Call of Duty*, le jeu qui l'a fait connaître. Car la ligue sur CoD est franchisée comme en NBA. Pour y entrer, il faut payer un droit d'entrée de 20 millions de dollars. Un doux rêve qui peut devenir réalité dans quelques années ?



LES HÉRITIERS DE SOLARY ET LA KCORP

Depuis 2017 et la création de Solary par un groupe de streameurs, la plupart des structures sont portées par une personnalité issue de Twitch ou YouTube : Kameto et Prime avec la Karmine Corp, Zerator et Mandatory, JL Tomy et Joblife ou encore Mistermv avec Aegis. De sorte qu'aujourd'hui, **avoir une communauté de fans paraît désormais indispensable pour faire perdurer une structure esport.**

MOHAMED SALAH



Pour un footballeur, avoir sa photo dans un album Panini est une petite consécration. Surtout, la vignette autocollante est un marqueur du temps qui passe et de l'évolution d'un visage. On peut ainsi rembobiner toute une carrière uniquement en Panini. Ce mois-ci, Mohamed Salah, le pharaon de Liverpool. PAR SIMON CAPELLI-WELTER. PHOTOS : © PANNINI SPA



2014-2015
FIORENTINA

Prêté à la Fiorentina par Chelsea où il ne s'imposera jamais, Salah trouve vite ses marques en Serie A. Un mois après son arrivée, il est buteur dans 3 compétitions différentes, avec 6 buts en 7 matchs joués.



2015-2016
AS ROMA

Chelsea le prête à nouveau en Italie. Cette fois, à la Roma. Il y claque une saison incroyable, avec 15 buts et 9 passes décisives et est élu meilleur joueur de l'AS Roma. Rien que ça.



2016-2017
AS ROMA

Deuxième saison à Rome, avec un Salah définitivement à l'aise en Italie. Cette saison-là, il inscrit 15 buts en 31 matchs et délivre 11 passes décisives dans un style aussi percutant qu'imprévisible.



2019-2020
LIVERPOOL

On le retrouve en Angleterre, mais cette fois à Liverpool. Après une finale de Ligue des champions perdue en 2018, il permet aux *Reds* de la remporter en 2019, puis d'être champion d'Angleterre en 2020, 30 ans après le dernier sacre de Liverpool.

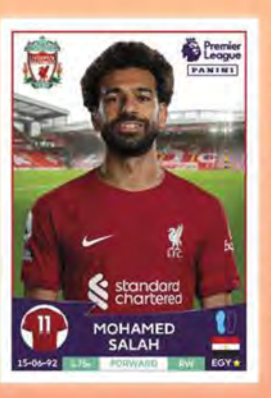


2020-2021
LIVERPOOL

Devenu une idole absolue chez les *Reds*, il reste fidèle au club malgré toutes les sollicitations et n'en finit plus d'enchanter les fans de Liverpool, et de foot en général.

2021-2022
LIVERPOOL

Candidat au Ballon d'or, il devient le meilleur buteur africain de l'histoire de la Premier League, devant Didier Drogba. Avec 23 buts, il finit également meilleur buteur de Premier League, à égalité avec Son de Tottenham.



2022-2023
LIVERPOOL

Toujours rouge, dans un Liverpool qui entame un nouveau cycle et cherche à retrouver les plus hauts sommets, Salah continue de battre des records. Il inscrit ainsi le triplé le plus rapide de l'histoire de la Ligue des champions le 12 octobre contre les Rangers. Et devient également le meilleur buteur d'une équipe anglaise dans la compétition. Une légende.

PAR SIMON CAPELLI-WELTER

LES SURNOMS D'ÉQUIPES

Souvent en rapport avec les couleurs de maillot, mais parfois plus originaux, les surnoms des équipes font partie des bases à connaître. Voici donc un jeu pour les mémoriser, et dont le principe est simple : il s'agit de relier chacun de ces surnoms à l'équipe qui lui correspond.

Équipes	Surnoms
OLYMPIQUE LYONNAIS	LES CANARIS
CHELSEA	LES MERENGUES
BORDEAUX	LES CROCODILES
MANCHESTER CITY	LES REDS
FC METZ	LES MERLUS
FC NANTES	LES GONES
JUVENTUS	LES GUNNERS
OLYMPIQUE DE MARSEILLE	LES AIGLONS
INTER MILAN	LES ROSSONERI
AC MILAN	LES BLUES
LILLE OSC	LES SANG ET OR
OGC NICE	LA VIOLA
LIVERPOOL	LES COLCHONEROS (les Matelassiers, en français)
ATLÉTICO DE MADRID	LES GIRONDINS
REAL MADRID	LES MAGPIES
AS ROMA	LES NERAZZURRI
AS SAINT-ÉTIENNE	LA VIEILLE DAME
NEWCASTLE UNITED	LES GIALLOROSSI
RC LENS	LES BIANCOCELESTI
LAZIO	LES BLAUGRANA
FIORENTINA	LES VERTS
FC LORIENT	LES GRENATS
ARSENAL	LES DOGUES
FC BARCELONE	LES CITIZENS
NÎMES OLYMPIQUE	LES PHOCÉENS

Réponses : Les Canaris : FC Nantes ; Les Merengues : Real Madrid ; Les Crocodiles : Nîmes Olympique ; Les Reds : Liverpool ; Les Merlus : FC Lorient ; Les Gones : Olympique lyonnais ; Les Gunners : Arsenal ; Les Aiglons : OGC Nice ; Les Rossoneri : AC Milan ; Les Blues : Chelsea ; Les Sang et Or : RC Lens ; La Viola : Fiorentina ; Les Colchoneros : Atlético de Madrid ; Les Girondins : Bordeaux ; Les Magpies : Newcastle United ; Les Nerazzurri : Inter Milan ; La Vieille Dame : Juventus ; Les Giallorossi : AS Roma ; Les Biancocelesti : Lazio ; Les Blaugrana : FC Barcelone ; Les Verts : AS Saint-Étienne ; Les Grenats : FC Metz ; Les Dogues : Lille OSC ; Les Citizens : Manchester City ; Les Phocéens : Olympique de Marseille

KYLIAN MBAPPÉ

COMMENT IL EST DEVENU LE BOSS



PHOTOS : KYLIAN MBAPPÉ, LE BOSS © PATRICK HERTZOG/AFP. DOSSIER : ICON SPORT

Aujourd'hui, Kylian Mbappé est considéré comme l'un des meilleurs joueurs du monde. Si ce n'est le meilleur joueur du monde. Comment en est-il arrivé là, à seulement 24 ans ? Comme ça...

PAR SIMON CAPELLI-WELTER



1 LA GRANDE PREMIÈRE

LE 2 DÉCEMBRE 2015

Kylian Mbappé, pensionnaire du centre de formation de l'AS Monaco, joue son premier match de Ligue 1 sous le maillot monégasque contre Caen. **Il a 16 ans et 11 mois, et la vie devant lui. Mais il est pressé, et 2 mois plus tard, il chipe le titre de plus jeune buteur de l'histoire de l'AS Monaco, détenu jusque-là par Thierry Henry.** Avec Monaco, il sera sacré champion de France en 2017, à 18 ans à peine ! En parallèle, le 25 mars, Didier Deschamps le sélectionne pour son premier match en Bleu contre le Luxembourg. Il faut dire que le gamin de Bondy brille en Ligue 1, mais aussi sur la scène européenne. Il est devenu le deuxième plus jeune buteur français en Ligue des champions (derrière Karim Benzema) en marquant en 8e de finale contre Manchester City en février de la même année. Et il a réalisé son premier doublé en C1 contre Dortmund quelques jours plus tôt, le 12 mars 2017. Comment Deschamps aurait-il pu le laisser de côté ?

COMPÉTENCES DÉBLOQUÉES

- ☑ BATTRE DES RECORDS DE PRÉCOCITÉ
- ☑ DEVENIR CHAMPION DE FRANCE
- ☑ DEVENIR INTERNATIONAL





2 MASTERCLASS CONTRE L'ARGENTINE

LE 30 JUIN 2018

À l'été 2017, Kylian est sollicité par Manchester City, le Real et le PSG. Il choisit de rejoindre Paris. Mbappé change de club, mais aussi de dimension. Un tel transfert implique de grandes attentes, mais Kylian n'est pas du genre à décevoir. Le 8 septembre 2017, premier match et premier but parisien contre le FC Metz. Le 31 mars 2018, le PSG est déjà sacré champion de France, plusieurs journées avant la fin de saison. Ça tombe bien, en cet été 2018, il y a une Coupe du monde à disputer. Le 21 juin, Kylian fête la musique en dansant sur le Pérou, contre lequel il inscrit son premier but dans un Mondial. Puis, le 30 juin, c'est la *masterclass* contre l'Argentine de Messi. **Mbappé est élu meilleur joueur de la rencontre, à 19 ans. Devant le monde entier, il humilie ses gardes du corps par ses accélérations et sa science du dribble.** Dans ce 4-3 historique, il est à l'origine du premier but, en provoquant un pénalty à la suite d'une chevauchée fantastique. Puis il met un doublé express, en 4 minutes. Une étoile est née.

COMPÉTENCES DÉBLOQUÉES

- ☑ ÊTRE L'OBJET D'UN ÉNORME TRANSFERT
- ☑ DEVENIR UNE STAR DU FOOT MONDIAL



3 LIBERTÉ, ÉGALITÉ, MBAPPÉ

LE 20 JUILLET 2018

Les Bleus sont champions du monde, 20 ans pile après la première étoile remportée en juillet 1998. Kylian Mbappé n'était pas encore né, ce qui ne l'empêche pas d'être plein de maturité devant les micros de TF1, juste après cette finale. « Je suis très content. La route a été longue, mais cela valait le coup. On est fiers de rendre les Français heureux. » Et les Français, eux, sont fiers d'avoir un tel joueur dans leurs rangs. **Une nouvelle fois, en finale de Coupe du monde qui plus est, Kylian a brillé. À croire qu'aucune marche n'est trop haute pour lui.** À 19 ans, il gagne la Coupe du monde et inscrit déjà son nom aux côtés de Maradona, Zidane ou Beckenbauer, en plus de devenir le deuxième plus jeune buteur de l'histoire en finale de Coupe du monde, après Pelé en 1958. Un exploit fantastique, et déjà une place auprès des plus grands dans l'histoire du football.

COMPÉTENCES DÉBLOQUÉES

- ☑ DEVENIR CHAMPION DU MONDE
- ☑ REJOINDRE PELÉ DANS LE LIVRE DES RECORDS
- ☑ RENDRE SON PAYS HEUREUX

> « LA ROUTE A ÉTÉ LONGUE, MAIS CELA VALAIT LE COUP. ON EST FIERS DE RENDRE LES FRANÇAIS HEUREUX. »

Mbappé après la finale de 2018



4 EN COUVERTURE DU TIME
LE 12 OCTOBRE 2018

Alors qu'il avait 15 ans et demi et qu'il était encore à Monaco, Kylian avait dû, comme ses camarades du centre de formation, imaginer une couverture de magazine dont il serait la vedette. Il avait choisi le *Time Magazine*, une prestigieuse revue américaine. Il s'était pour l'occasion surnommé **« El Maestro »**, et s'était qualifié de « priorité de Deschamps » ou encore de « meilleur jeune du monde ». Pour rire. En fait, il s'est révélé visionnaire. **En 2018, il fait vraiment la Une du *Time*** (couverture de droite). C'est le premier footballeur français à connaître un tel honneur. Le prestigieux hebdomadaire accorde quatre pages au prodige français, dans le cadre d'un numéro sur « les leaders de la prochaine génération ». Rien que ça.



La couverture du Time imaginée par Mbappé, en 2014.

La vraie couverture du Time avec Mbappé, en 2018.

COMPÉTENCES DÉBLOQUÉES

- ☑ DÉPASSER LE CADRE DU FOOTBALL
- ☑ ÊTRE VISIONNAIRE

UN SURDOUÉ DE 24 ANS

On a comparé le parcours de Kylian Mbappé à celui de Messi et Cristiano Ronaldo au même âge, 24 ans. Le Français est loin d'être en retard...

	Palmarès de KYLIAN MBAPPÉ à 24 ans (en 2023)	Palmarès de CRISTIANO RONALDO à 24 ans (en 2009)	Palmarès de MESSI à 24 ans (en 2011)
COUPE DU MONDE	1 victoire (2018) et 1 participation à la finale (2022)	1 demi-finale (2006)	2 quarts de finale (2006 et 2010)
EURO	1 huitième (2020)	1 finale (2004)	-
COPA AMÉRICA	-	-	1 finale (2007)
LIGUE DES CHAMPIONS	1 finale (2020)	1 victoire (2008)	3 victoires (2006, 2009, 2011)
CHAMPIONNATS	5 Ligue 1 (2017, 2018, 2019, 2020, 2022)	3 Premier League (2007, 2008, 2009)	5 Liga (2005, 2006, 2009, 2010, 2011)
EN SÉLECTION	66 matchs, 36 buts et 19 passes	57 matchs, 17 buts et 14 passes	63 matchs, 21 buts et 16 passes
EN CLUB	297 matchs, 217 buts et 91 passes	265 matchs, 94 buts et 49 passes	233 matchs, 156 buts et 68 passes
BALLON D'OR	4ᵉ en 2018	1 Ballon d'or (2008)	2 Ballons d'or (2009, 2010)*

* Messi a également remporté le Ballon d'or en 2011, pour la saison écoulée, mais il avait 25 ans au moment de le recevoir.







5 MBAPPRESQUE
LE 18 DÉCEMBRE 2022

Même en marquant 3 buts, Kylian n'a pu empêcher la défaite contre l'Argentine. Mais sa performance a scotché le monde entier. **Alors que la France était menée 2-0 et que ce match semblait déjà terminé, l'attaquant des Bleus a, coup sur coup, remis son équipe à l'endroit.** D'abord sur pénalty, puis à la conclusion d'une action collective lancée par Kingsley Coman. En prolongation, Messi a redonné l'avantage à l'Argentine, et Mbappé a égalisé une nouvelle fois, encore sur pénalty. Un triplé en finale donc, le deuxième de l'histoire. Kylian a pris une dimension supplémentaire, comme l'explique son capitaine, Hugo Lloris : « Ce match, c'était un peu un passage de témoin entre une génération en fin de carrière et une nouvelle génération, avec en tête Kylian, qui a montré un fort leadership lors de ce tournoi et encore plus dans cette finale. » À la fin du tournoi, il est sacré meilleur buteur de la compétition, avec 8 buts. Lors du Mondial 2018 en Russie, il avait inscrit 4 buts : il a donc doublé la mise. Kylian a peut-être perdu la Coupe du monde, mais il a clairement pris le pouvoir.

COMPÉTENCES DÉBLOQUÉES

- ☑ METTRE UN TRIPLÉ EN FINALE DE COUPE DU MONDE
- ☑ RESSORTIR GRANDI D'UNE DÉFAITE TRAGIQUE

> « QUAND TU REGARDES LES DEUX PATRONS QU'IL Y AVAIT AVANT LUI, RONALDO ET MESSI, C'EST LA MÊME CHOSE. C'EST POUR ÇA QUE JE L'APPELLE "L'HÉRITIER", PARCE QUE C'EST LUI QUI ARRIVE APRÈS. »
>
> Thierry Henry

6 MEILLEUR BUTEUR DU PSG
LE 5 MARS 2023

Après 6 saisons au PSG, Kylian Mbappé en devient le meilleur buteur lors d'un match contre Nantes, remporté 4-2. **Avec 201 buts, « le kid de Bondy » dépasse Edinson Cavani**, et inscrit toujours un peu plus son nom dans les livres des records. Et c'est loin d'être fini. Sur Amazon Prime, Thierry Henry nous prévient : « C'est un mec qui travaille, qui vient tôt à l'entraînement, qui veut toujours apprendre et essayer d'aller plus loin. Quand tu regardes les deux patrons qu'il y avait avant lui, Ronaldo et Messi, c'est la même chose. C'est pour ça que je l'appelle "l'héritier", parce que c'est lui qui arrive après. » Arrivé en Petit Prince du Parc, Kylian est aujourd'hui son nouveau roi.

COMPÉTENCES DÉBLOQUÉES

- ☑ MARQUER L'HISTOIRE DE SON CLUB
- ☑ INCARNER LE PRÉSENT ET LE FUTUR DE SON SPORT



7 CAPITAINE DES BLEUS

LE 21 MARS 2023

« Kylian coche toutes les cases pour avoir cette responsabilité supplémentaire. » Didier Deschamps a fait son choix : à seulement 24 ans, Kylian Mbappé est le nouveau capitaine de l'équipe de France. **Avec 68 sélections, il possède l'expérience, la légitimité, la maturité, le charisme et le sens des responsabilités qui font les grands capitaines.** Depuis le début de son aventure professionnelle, Mbappé a toujours fait preuve de clairvoyance, faisant attention au moindre détail sur le terrain comme en dehors, dans ce qui concerne son image ou ses partenariats. Une exigence de tous les instants, qui l'a amené au sommet du *game*. Son nouveau défi : y rester, en continuant à se trouver des objectifs à atteindre, et peut-être même les dépasser.

« KYLIAN COCHE TOUTES LES CASES POUR AVOIR CETTE RESPONSABILITÉ SUPPLÉMENTAIRE. »

Didier Deschamps



COMPÉTENCE DÉBLOQUÉE

- [x] DEVENIR LE CAPITAINE DE SA SÉLECTION

COMPÉTENCES RESTANT À DÉBLOQUER

Si Kylian a déjà acquis nombre de compétences et de trophées, il lui reste des objectifs à atteindre.

- [ ] REMPORTER LA LIGUE DES CHAMPIONS
- [ ] REMPORTER UN BALLON D'OR, PUIS DEUX, PUIS TROIS
- [ ] REMPORTER L'EURO
- [ ] GAGNER UNE AUTRE COUPE DU MONDE. PUIS DEUX ? PUIS TROIS ?
- [ ] BATTRE LE RECORD DE BUTS EN BLEU
- [ ] BATTRE LE RECORD DE SÉLECTIONS EN BLEU
- [ ] REJOINDRE UN TOP CLUB EUROPÉEN
- [ ] SE PRÉSENTER À L'ÉLECTION PRÉSIDENTIELLE. LA REMPORTER




REPORTAGE
IL Y A UNE VIE
APRÈS LE FOOT...
PLAN
PARIS
SAINT-GERMAIN
QATAR
AIRWAYS



B

Le Centre de formation du PSG a invité ses jeunes joueurs à un Forum des métiers internes pour leur présenter des professions qui leur permettraient de ne pas quitter le monde du football après leur retraite sportive, ou s'ils sont victimes de blessure grave.

PAR ANGÉLIQUE ADAGIO. PHOTOS : © BRUNO LEVY

« La blessure, la retraite, j'y pense, c'est toujours important de savoir, si le football ça ne marche pas, ce qu'il faut faire après. ***Le métier d'agent de joueurs m'intéresserait, pour rester dans le domaine du football.*** *»*

CHRIST, 17 ANS



MON PLAN B

AGENT DE JOUEUR

L'agent a un rôle crucial dans la carrière d'un joueur. Il le conseille, l'aide à trouver un club ou une opportunité de transfert. C'est lui aussi qui va négocier les contrats de telle manière que son client obtienne la meilleure rémunération et les meilleures conditions de travail possibles. L'agent veille également à l'image de son client et le conseille pour qu'il apparaisse sous son meilleur jour dans les médias et sur les réseaux sociaux.

« ***L'après, il faut toujours y réfléchir, c'est important.*** *J'y pense de moi-même, et on me le rappelle au centre de formation. À ce Forum, on m'a parlé du sponsoring, j'ai bien aimé. Il faut avoir de bonnes relations avec des personnes avec qui on est en contact et beaucoup de patience, et ce sont mes points fort. »*

DJIBRIL, 17 ANS

MON PLAN B

SPONSORING

L'équipe « sponsoring » d'un club est chargée de trouver des sponsors pour l'équipe et de négocier les contrats. C'est elle qui décide de la marque des maillots portés par les joueurs, ou des évènements spéciaux auxquels ils vont participer. Et qui s'assure que les footballeurs respectent bien les engagements envers les sponsors, par exemple qu'ils portent bien telle marque à un événement officiel, et pas une marque concurrente.

« Le football est ma passion, mais j'en ai une deuxième, le cinéma. J'aimerais bien être productrice.
Au Forum, ce qui m'a intéressée, c'est "Digital et médias" ; on m'a expliqué les métiers de cadreur, de monteur, des métiers qu'on retrouve dans le cinéma. »

STELLA, 15 ANS



MON PLAN B

DIGITAL ET MÉDIAS

Bien communiquer sur les réseaux sociaux et le web, c'est important pour un club. Pour s'occuper de l'image d'un club, il y a toute une équipe. Le community manager, qui choisit les contenus diffusés dans l'objectif de créer une communauté et la faire grandir ; le responsable éditorial, qui va produire ces contenus (par exemple des interviews des joueurs) ; et ceux qui s'occupent de la partie technique comme le responsable de production vidéo, le cadreur à la caméra...

« Il faut envisager un autre métier que footballeur, tout peut arriver.
Le métier de technicien audiovisuel, ça me plaît pas mal. Mais aussi team manager, ça m'a beaucoup intéressé, c'est un métier très polyvalent, on a du relationnel, on peut communiquer avec beaucoup de personnes. »

ILIES, 16 ANS



MON PLAN B

TECHNICIEN AUDIOVISUEL

Tout club possède du matériel audiovisuel (caméras, micros...) qui lui permet de faire des enregistrements des conférences de presse et d'événements, ou de filmer des matchs, dont les images seront analysées pour détecter les points forts et points faibles de l'équipe... et de ses adversaires. **Le technicien audiovisuel a en charge la gestion de ce matériel : il veille à sa bonne installation, et assure sa maintenance.**

« Moi, je suis un programme de marketing/ communication, qui permet d'avoir un bachelor en 3 ans. *C'est un domaine que je trouve passionnant. C'est sympa de travailler pour des marques autour du sport, de créer des événements, de s'introduire dans le monde du sport par une autre porte qu'en athlète. »*

LOUIS, 18 ANS



MON PLAN B

MARKETING

L'équipe marketing a un objectif : faire parler du club (en bien, bien sûr) pour qu'il soit plus célèbre et gagne en nombre de supporters. Plus de fans, plus d'argent ! Une stratégie qui passe par les réseaux sociaux, les médias ou l'organisation d'événements qui mettent les footballeurs en contact avec le public. Mais aussi la commercialisation de produits dérivés comme des coques de portable, des mugs ou des chaussettes... Pas de limite à la créativité !



« Il ne faut pas négliger les études, on sait qu'après le foot, ou même à côté du foot, surtout pour nous les filles, il faut avoir un métier. *Par exemple team manager. Notre team manager, il est tout le temps avec nous, au match, à l'internat, dès qu'on a un petit problème. Je le vois toujours dans l'aide, dans l'échange, et j'aime bien, ça me correspond. »*

BABY JORDY, 18 ANS

MON PLAN B

TEAM MANAGER

Le team manager, c'est un peu la nounou de l'équipe. Il veille sur tout, de l'organisation des déplacements (billets d'avion, repas...) à la gestion du matériel. Il résout tous les petits soucis du quotidien pour que les joueurs puissent se concentrer sur leur jeu. Si un(e) footballeur(se) a besoin de nouveaux maillots ou d'un rendez-vous médical, c'est vers lui qu'il(elle) se tourne.

PAR ANGÉLIQUE ADAGIO



LE STADE

Les joueurs ont dit au revoir à la fin de la saison à leur stade mythique, le **Camp Nou** (en fait, depuis 2022, le « Spotify Camp Nou »). Si Camp Nou veut dire « nouveau terrain », le stade n'est plus de la première jeunesse : il a été inauguré en 1957. Il fait aujourd'hui l'objet d'une restructuration, et l'équipe va devoir s'exiler au stade olympique de Montjuïc pour une saison.

LE MAILLOT

Les couleurs traditionnelles du maillot (l'un des plus vendus au monde) **ont donné leur surnom aux joueurs,** les *Blaugrana*, les « Bleu et Grenat » en catalan. Elles ont été choisies par un Suisse, Hans Gamper, fondateur du club en 1899, qui s'inspira de celles du FC Bâle Club, dont il avait été capitaine. Depuis 1998, c'est Nike qui réalise le maillot, conservant l'esprit originel, mais s'autorisant quelques fantaisies.

LE CLUB DU MOIS



Messi

LES SUPPORTERS

On les surnomme **les « Culers »**, en souvenir de l'époque où l'équipe jouait au stade del Carrer Indústria ; des spectateurs s'asseyaient sur le mur d'enceinte, les fesses dépassant du mur. Cette appellation évoque cette rangée de derrières (« cul » a le même sens en français et en catalan) que l'on voyait de la rue.



LE PALMARÈS

5 victoires en Ligue des champions (1992, 2006, 2009, 2011 et 2015).

3 victoires en Coupe du monde des clubs (2009, 2011 et 2015).

5 Supercoupes d'Europe (1992, 1997, 2009, 2011 et 2015).

Le Barça a également remporté 27 fois la Liga (le championnat espagnol) et 31 Coupes d'Espagne (ou Coupe du Roi).



LE BLASON

Depuis sa création en 1910 par Carles Comamala, joueur du club qui remporta le concours de dessin lancé pour créer un blason, il a peu changé, conservant **sa forme caractéristique — inspirée de celle d'une marmite ! —**, la croix de Sant Jordi (saint patron de Barcelone), les quatre barres rouges sur fond jaune représentant la Catalogne, et les couleurs du club, bleu et grenat.



Ronaldinho

PHOTOS : ICON SPORT

FC BARCELONE "PLUS QU'UN CLUB"

LE CHANT

« El Cant del Barça », le chant qu'entonnent les supporters, a été interprété pour la première fois le 27 novembre 1974, pour le 75e anniversaire du club catalan. Les paroles disent : **« Notre union fait notre force, Beaucoup d'années sacrifiées, Beaucoup de buts célébrés, Et c'est démontré, Que jamais personne ne nous vaincra. »** Un poil trop optimiste, même si on n'est pas si loin de la réalité au vu du palmarès du club.

LES JOUEURS QUI ONT MARQUÉ L'HISTOIRE DU BARÇA

Johan Cruyff (1947-2016) : Le Néerlandais, triple Ballon d'or, a joué au Barça entre 1973 et 1978 et en a été l'entraîneur entre 1988 et 1996.

Pep Guardiola (né en 1971) : Formé au Barça, il a fait partie de l'équipe entre 1990 et 2001 (capitaine entre 1997 et 2001). Revenu comme entraîneur en 2008, il a remporté dès sa première saison (il en fera 4) la Ligue des champions.

Ronaldinho (né en 1980) : L'un des meilleurs joueurs brésiliens de l'histoire (Ballon d'or 2005) a fait les beaux jours du Barça entre 2003 et 2008.

Samuel Eto'o (né en 1981) : Le Camerounais a marqué lors de deux finales de Ligue des champions remportées par le Barça (2006 et 2009).

Lionel Messi (né en 1987) : Il a fait l'essentiel de sa carrière au Barça, où il a signé son premier contrat pro en 2004, à l'âge de 16 ans. Meilleur buteur de l'histoire du club (672 buts).

Gerard Piqué (né en 1987) : Le petit-fils de l'ancien vice-président du FC Barcelone a disputé 669 matchs avec le club, jusqu'à sa retraite en 2022.

Samuel Eto'o

C'EST CULTE ! C'EST CULTE ! C'EST CULTE !

L'ÉPOPÉE

LES INVINCIBLES D'ARSENAL



Arsenal a encore brillé cette année en Premier League. Il y a quasiment 20 ans, l'équipe anglaise réalisait un exploit : une saison entière sans perdre un match !

PAR ANGÉLIQUE ADAGIO

16 AOÛT 2003

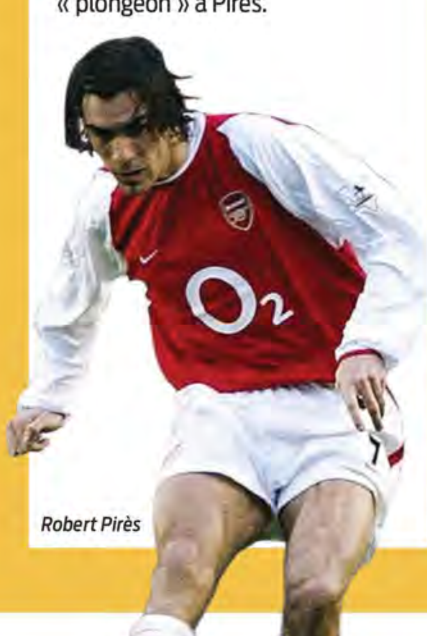
ON NE CHANGE PAS UNE ÉQUIPE QUI GAGNE

Cette saison du championnat anglais démarre comme les précédentes pour le club londonien d'Arsenal. **Champions d'Angleterre en 2002, *les Gunners* d'Arsenal ont terminé deuxièmes en 2003.** Pour cette nouvelle saison, l'entraîneur français Arsène Wenger ne change pas ses méthodes, ni son dispositif. L'équipe remporte ses quatre premiers matchs.

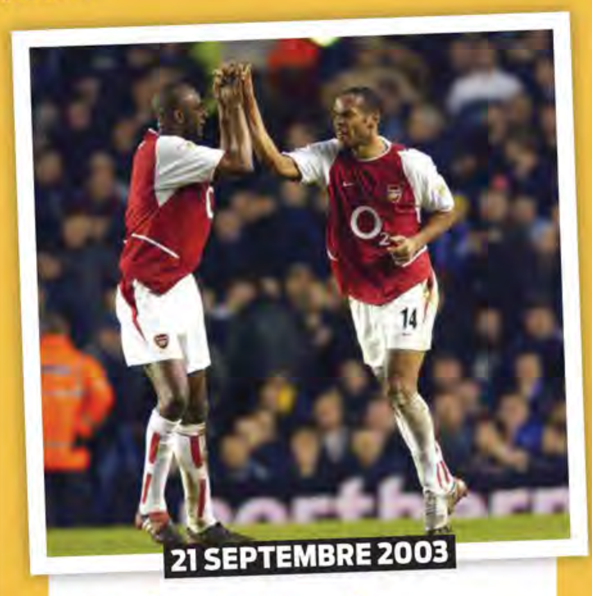
13 SEPTEMBRE 2003

PLONGEON OU PAS PLONGEON ?

Match de la 5e journée, à domicile, contre Portsmouth. **Le Français Robert Pirès, champion du monde 1998**, a un contact avec un joueur adverse dans la surface de réparation. Il avouera quelques années plus tard qu'il en a « rajouté » pour obtenir un pénalty. Accordé par l'arbitre, et transformé par un autre champion français, Thierry Henry. Score final, 1-1. La presse britannique reprochera longtemps son « plongeon » à Pirès.



Robert Pirès



21 SEPTEMBRE 2003

LE PÉNALTY (RATÉ) QUI CHANGE TOUT

Stade d'Old Trafford. Ni Manchester ni Arsenal n'a marqué en 90 minutes quand Diego Forlán tombe dans la surface, bousculé par Martin Keown. Pénalty pour Manchester. Ruud van Nistelrooy, tireur attitré du côté des *Red Devils* (« Diables rouges »), prend le ballon. En face de lui, Jens Lehmann, le gardien d'Arsenal, tente de le déstabiliser en s'agitant sur sa ligne. Le Néerlandais tire… et trouve la barre. Score final : 0-0. De l'avis de tous, ce pénalty raté a marqué le tournant de la saison. Les joueurs commencent à croire que l'objectif de leur entraîneur est peut-être réalisable : terminer la saison invaincus.

28 MARS 2004

REVOILÀ MANCHESTER

La machine à gagner est lancée. La presse britannique s'étonne, puis s'extasie après chaque rencontre. Elle a déjà trouvé un surnom à cette équipe flamboyante : « les Invincibles ». Après 29 matchs sans défaite, Arsenal retrouve son grand rival Manchester United, champion en titre. Mais les *Gunners* s'en sortent encore par un match nul, 1-1.



Thierry Henry

9 AVRIL 2004

SUEURS FROIDES ET REMONTADA

Deux journées plus tard, ils jouent contre Liverpool. Ce n'est pas de tout repos : Arsenal est mené 2-1 à la mi-temps. **Après s'être fait remonter les bretelles par Wenger** dans les vestiaires, les joueurs finissent par l'emporter 4-2, grâce à un but de Pirès et deux de « Titi » Henry. De quoi renforcer la confiance d'une équipe qui donne l'impression de marcher sur l'eau.



25 AVRIL 2004

PHOTOS : ICON SPORT

LE DERNIER FRISSON

Champion d'Angleterre au soir de la 34e journée, le club n'a désormais plus qu'un but : terminer la saison sans perdre. **Les Invincibles ne flanchent toujours pas...** jusqu'au dernier match de la saison, à Anfield, face à Leicester. Stupeur, à la mi-temps, c'est Leicester qui mène 1-0. Heureusement, Thierry Henry égalise sur pénalty, avant que Vieira, à la 66e minute, n'offre la victoire aux siens. C'est la 26e victoire de la saison pour Arsenal, qui a concédé 11 matchs nuls et n'a essuyé aucune défaite.

15 MAI 2004

UNE SAISON DE RÊVE

Arsène Wenger avait largement fait appel à ses compatriotes français pour construire son équipe d'Invincibles. À commencer par 3 champions du monde : Thierry Henry (sacré meilleur buteur et joueur de l'année de Premier League en fin de saison), Robert Pirès et Patrick Vieira. Mais aussi Sylvain Wiltord, champion d'Europe en 2000. « Je savais que j'avais une équipe spéciale en 2003-2004 à Arsenal », dira Wenger en 2014. **« Mon rêve a toujours été d'arriver à finir une saison sans perdre un match. » Un rêve devenu réalité.**



UN FRENCHIE CHEZ LES BRITISH

Si l'Alsacien **Arsène Wenger** n'a pas laissé des souvenirs mémorables en tant que joueur dans le championnat français, il a fait des étincelles en tant qu'entraîneur, en Angleterre. Il est resté 22 ans (entre 1996 et 2018) à la tête de l'équipe londonienne d'Arsenal, avec laquelle il a remporté 3 titres de champion d'Angleterre (1998, 2002, 2004) et 7 éditions de la FA Cup. Il a également atteint la finale de la Ligue des champions en 2006. Les supporters d'Arsenal reconnaissants lui ont dédié un chant : « There is only one (il n'y a qu'un) Arsène Wenger ».

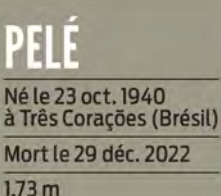


L'IDOLE DE KYLIAN MBAPPÉ
PELÉ

« Pour moi, c'était l'icône, la légende absolue. (...) Il avait ces qualités de finition, cette puissance, cette élégance qu'il dégageait dans l'enchaînement de ses mouvements. C'est vraiment agréable à regarder, et je m'en suis inspiré, et je m'en inspire encore. »

UN GÉNIE PRÉCOCE

Edson Arantes do Nascimento est le fils d'un joueur semi-professionnel. Il fréquente très jeune les stades, son père l'emmenant à ses entraînements. Encore tout petit, Edson a du mal à prononcer le nom du gardien, Bilé, qu'il transforme en « Pilé ». Pour le taquiner, on le surnomme Pelé. Sa passion pour le foot grandit avec lui. D'une famille pauvre, **il joue dans la rue, pieds nus**, se servant d'une paire de chaussettes enroulée ou d'une mangue comme ballon. Son talent est vite remarqué : il n'a pas encore 16 ans quand il joue son premier match pro, avec le Santos FC.



PELÉ

- Né le 23 oct. 1940 à Três Corações (Brésil)
- Mort le 29 déc. 2022
- 1,73 m
- Attaquant
- Équipe du Brésil
- 92 matchs, 77 buts

PARCOURS PRO

- 1957-1974 Santos FC
- 1975-1977 New York Cosmos

LA COUPE DU MONDE EN LIGNE DE MIRE

Pelé a 9 ans lorsqu'il voit son père pleurer pour la première fois : le Brésil a perdu la finale de la Coupe du monde 1950. **L'enfant lui fait alors une promesse : un jour, il gagnera la Coupe pour lui.** Il fera mieux que ça : il en remportera 3 ! La première en 1958. À 17 ans, il devient le plus jeune joueur à marquer dans cette compétition (record toujours inégalé). À ce jour, le « Roi » demeure le seul joueur à avoir remporté 3 fois la Coupe du monde : en 1958, 1962 et 1970.

UN VRAI « TRÉSOR NATIONAL »

Curieusement, Pelé n'a joué que dans un club (si on excepte le club new-yorkais où, déjà quasi retraité, il ira finir sa carrière contre un gros chèque). La raison : le Congrès brésilien l'a déclaré en 1961 « Trésor national non exportable », et le Santos FC a dû refuser toutes les offres d'achat, pourtant faramineuses. Real Madrid, Manchester United... Ils ont été nombreux à vouloir engager ce buteur d'exception, aussi adroit pied droit que pied gauche, avec ses dribbles comme des pas de samba, et son jeu de tête flamboyant.

ANGÉLIQUE ADAGIO



Pelé brandissant la Victoire ailée, l'ancien trophée de la Coupe du monde, en 1970.

PHOTOS : ICON SPORT

LE SAIS-TU ?

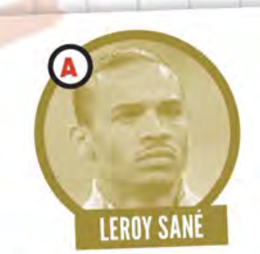
À TOI DE JOUER

PAR SIMON CAPELLI-WELTER

LE JEU DES CARRIÈRES

Retrouve les clubs manquants dans la carrière des joueurs et des joueuses suivant(e)s, encore en activité.

A



SHALKE 04

______

BAYERN MUNICH

B



US BOULOGNE

______

______

CHELSEA

C



FC TRÉLISSAC MAURILLOUX
AS DU GUERMEUR
LOMENER-KERROCH
FC LORIENT
STADE BRIOCHIN

______

OL REIGN (USA)

______

D



ASM VÉNISSIEUX

______

E



______

FULHAM FC
SC BASTIA

______

RC LENS

H



GRENOBLE FOOT 38
FC ISTRES

______

MONTPELLIER HSC

______

CHELSEA
AC MILAN

F



ZNICZ PRUSZKÓW
LECH POZNAŃ

______

BAYERN MUNICH

______

G



FC NUREMBERG

______

MANCHESTER CITY

Solutions : A : Manchester City. **B :** SM Caen, Leicester. **C :** Olympique lyonnais, Olympique lyonnais. **D :** Olympique lyonnais. **E :** Manchester City, Udinese Calcio. **F :** Borussia Dortmund, FC Barcelone. **G :** Borussia Dortmund. **H :** Tours FC, Arsenal.

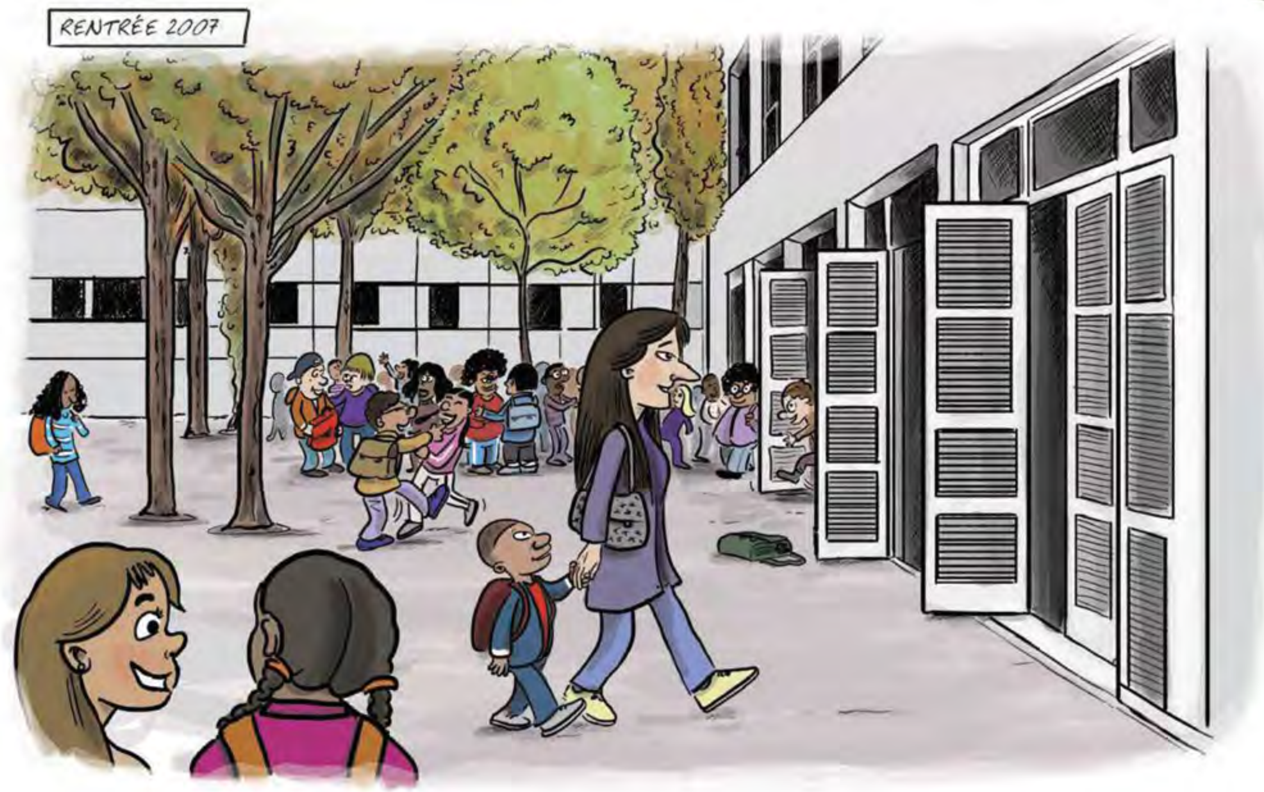
PHOTOS : ICON SPORT

JE M'APPELLE KYLIAN

ÉPISODE 1

Footballeur, Kylian Mbappé l'est depuis qu'il est né, d'une certaine manière ! Peu avant le collège, il ne rêve que de chaussures roses à crampons et de grandes pelouses avec des cages dessus. Retrouvons-le en 2007, le jour de la rentrée...





TU TE SOUVIENS DE CE QUE JE T'AI DIT À PROPOS DU PROGRAMME SPÉCIAL DE CM1 KYLIAN.. ET VOUS SEREZ DEUX DANS CE CAS.

BONJOUR KYLIAN, JE SUIS MARTIN IL PARAIT QUE TU VEUX ÊTRE FOOTBALLEUR, MOI JE VISE PLUTÔT UNE CARRIÈRE EN POLITIQUE.

I HAVE A DREAM !

L'UN N'EMPÊCHE PAS L'AUTRE !

MON KYLIAN !

TU NE VEUX PAS GOÛTER AVANT D'ATTAQUER LES DEVOIRS ?

NON MAMAN, JE PRÉFÈRE APRÈS.

Soupir


TU SAIS KYLIAN DANS LA VIE IL FAUT SAVOIR CE QU'ON VEUT !

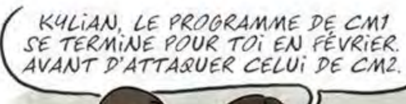

MOI JE PENSE D'ABORD ME FAIRE CONNAÎTRE EN PROVINCE ... PUIS LA VILLE DE PARIS ET ENFIN LA FRANCE ET L'INTERNATIONAL.


ET TOI... TU VEUX QUOI ?


MME MBAPPÉ, JE CROIS QUE L'UNIQUE AMBITION DE KYLIAN EST D'AVOIR DES CHAUSSURES DE FOOT ROSES.


JE SUIS DÉSOLÉ POUR VOUS !




KYLIAN, LE PROGRAMME DE CM1 SE TERMINE POUR TOI EN FÉVRIER. AVANT D'ATTAQUER CELUI DE CM2.




SI D'ICI LÀ TU AS DES NOTES EXCELLENTES, ON T'ACHÈTE LES CHAUSSURES.
VRAIMENT ?


KYLIAN : A
MARTIN : B
TRÈS BIEN TOUS LES DEUX.


ET BEN ... PAS MAL POUR UN FOOTBALLEUR.


TIENS KYLIAN ! TU LES AS BIEN MÉRITÉES.


TU METS DES CHAUSSURES À CRAMPONS POUR VENIR EN CLASSE TOI ?
BEN TU METS BIEN UNE VESTE DE COSTUME !
MARTIN A ... KYLIAN I ... INSUFFISANT ! C'EST MOINS BIEN DEPUIS QUELQUES TEMPS.
JE NE SAIS PAS CE QUI SE PASSE FAYZA, APRÈS UN PREMIER SEMESTRE EXCELLENT KYLIAN S'EST COMPLÈTEMENT RELÂCHÉ.
ÇA ALORS !
KYLIAN !
C'EST QUOI CES MAUVAISES NOTES SUR TES BULLETINS SCOLAIRES ?
MAIS MAMAN !
QUE TU NE FASSES PLUS RIEN DEPUIS QUE TU AS TES CHAUSSURES, DÉJÀ C'EST PAS NORMAL, MAIS QU'EN PLUS TU FALSIFIES TA FICHE DE SUIVI, ALORS LÀ ...
TU ES PUNI ! PRIVÉ DE FOOTBALL JUSQU'À NOUVEL ORDRE !
TOUT À FAIT !


AVXLIVE.ICU
AvaxHome - Your End Place


BOU HOU OU
OUUUUUUUUH
CRAC
BOM
BOM
BOM






RANGE !


JE VAIS T'AIDER FILS ... ET APRÈS ON VA PARLER.




PAPA, LE FOOT, C'EST TOUTE MA VIE ... Y'A QUE LÀ QUE JE SUIS BIEN.
MAIS T'ES AUSSI SUPER FORT À L'ÉCOLE ...FAUT PAS ABANDONNER ÇA.
C'EST PARCE QUE JE VOULAIS LES CHAUSSURES ROSES.

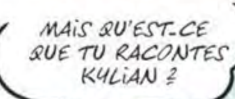

JUSTEMENT ... QUAND TU VEUX QUELQUE CHOSE TU ES CAPABLE DE L'OBTENIR ...
C'EST UNE BELLE LEÇON À RETENIR ÇA !
OUI ! ET JE VEUX DEVENIR FOOTBALLEUR !
LAISSEZ-MOI ARRÊTER L'ÉCOLE !
JE SUIS PAS UN PETIT MYTHO ! ...JE VAIS Y ARRIVER.
... MOI C'EST ÇA LA LEÇON QUE JE VEUX RETENIR.

Et puis petit à petit j'ai commencé à comprendre le foot des grands.







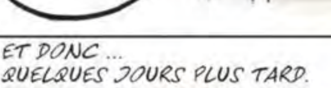



















HOULÀ ! EXCUSEZ LE MONSIEUR LACOMBE.
C'EST LA DERNIÈRE FOIS QUE TU VIENS À L'ENTRAÎNEMENT KYLIAN ... LE MONDE PRO ÇA NE MARCHE PAS COMME ÇA !
AVEC MOI SI !
NOUS, LES JOUEURS ON VOIT LES CHOSES D'UNE FAÇON, ET LES ENTRAÎNEURS D'UNE AUTRE !
TU VERRAS LE MOMENT VENU !
LES COACHS N'AIMENT PAS ÊTRE BOUSCULÉS DANS LEURS CERTITUDES.
ÉPARGNE TA SALIVE. TU AS BESOIN DE GARDER TON INFLUX POUR ÊTRE BON À L'ENTRAÎNEMENT.
ET C'EST PAS KYLIAN LE JOUEUR QUI TE PARLE MAIS KYLIAN L'ENTRAÎNEUR !
NON MAIS QUEL MYTHO !
BONDY
BEUUUH !
DIS DONC JIRÈS, J'AI VU QUE TU ES SUR LA FEUILLE DE MATCH DU PROCHAIN DÉPLACEMENT DE RENNES !
AH ?
OUI, VISIBLEMENT IL Y A DES COACHS QUI AIMENT BIEN ÊTRE BOUSCULÉS DANS LEURS CERTITUDES.
PAR CONTRE, IL FAUT VITE RENVOYER KYLIAN AU FOOT HEIN...
IL DEVIENT DIFFICILE À SUPPORTER.



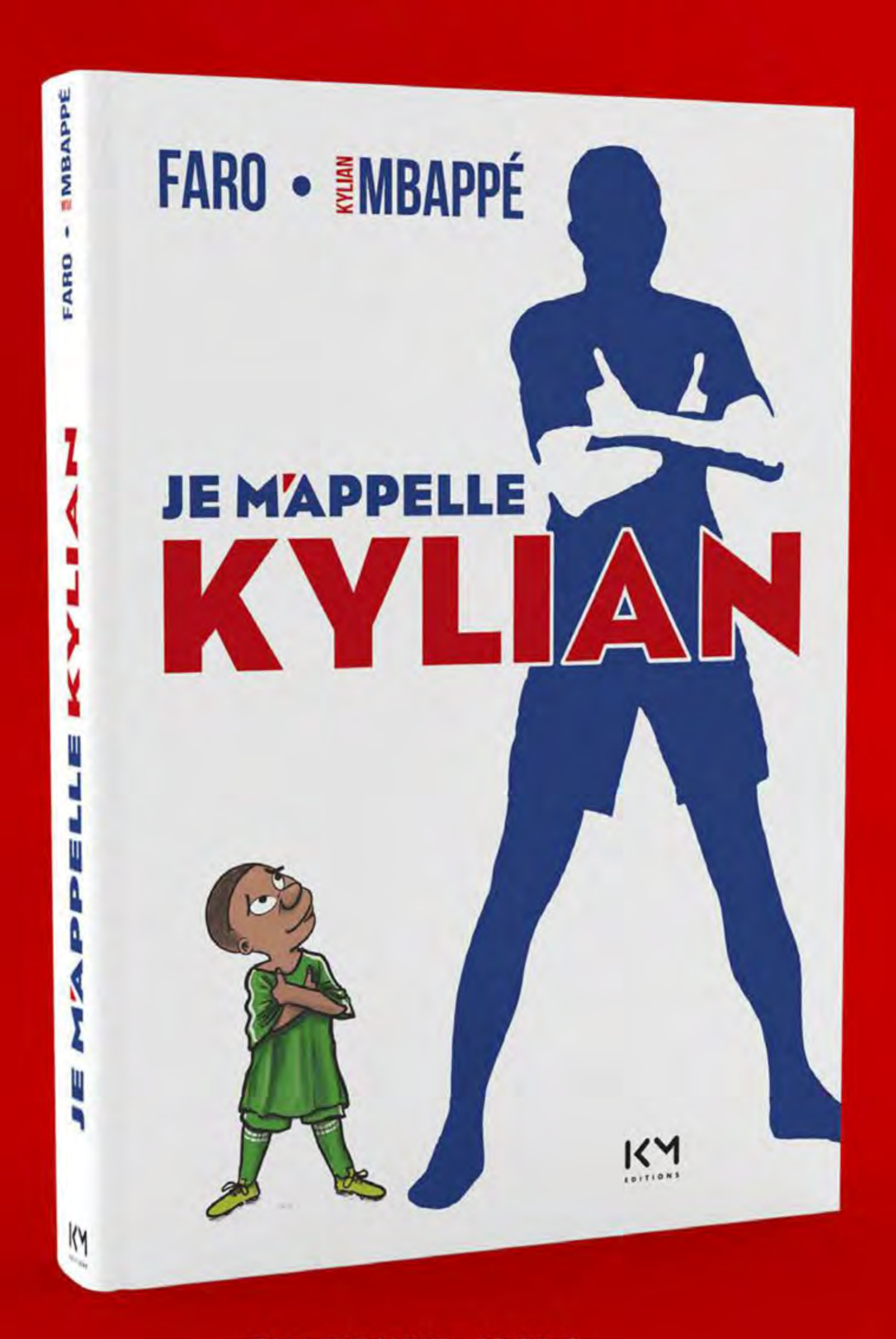
RENNES, QUELQUES JOURS PLUS TARD.
JIRÈS KEMBO QUI DÉBORDE ...
BREIZH
CENTRE POUR BRIAND ...
... ET BUT DE L'INTERNATIONAL FRANÇAIS JIMMY BRIAND !
BRIAND 19
FIN DU MATCH.
KEMBO 20
JIRÈS ! JIRÈS ! JIRÈS !
KYLIAN, VIENS JE VAIS TE PRÉSENTER À JIMMY BRIAND COMME ÇA TU VAS FAIRE UNE PHOTO AVEC LUI.
VESTIAIRES
T'ES OUF TOI POURQUOI TU VEUX QUE JE FASSE UNE PHOTO AVEC JIMMY BRIAND ?
BEN ... C'EST LE MEILLEUR DE L'ÉQUIPE.
POUR MA COLLECTION JE PRÉFÈRE FAIRE UNE PHOTO AVEC TOI !
ÇA T'EN AS PLEIN !
ET VOILÀ ! UNE PHOTO AVEC JIRÈS SUR LE MUR CONSACRÉ À JIRÈS.
NEYMAR JR.
UN MUR POUR JIRÈS ... UN MUR POUR CRISTIANO RONALDO UN MUR POUR NEYMAR...
EH OUAIS ! LA FAMILLE ET LES STARS.
MAIS IL RESTE UN MUR DE LIBRE DANS TA CHAMBRE IL SERA POUR QUI ?
DEVINE.
CATÉGORIE STARS OU CATÉGORIE FAMILLE ?
LES DEUX !



...À SUIVRE DANS TON PROCHAIN NUMÉRO DE SOFOOT CLUB

Mais comment devient-on Kylian Mbappé ?
Quel petit garçon a précédé la star du football mondial qu'il est devenu ?
Quel est le parcours et quels sont les ingrédients de cette réussite ?

CROYEZ EN VOS RÊVES



EN LIBRAIRIE - 19,95 €

LE CLUB SOFOOT

BIENVENUE DANS LE CLUB !

EN DIRECT DES CLUBS

Ici, chaque mois, retrouve les nouvelles des différents clubs de nos lectrices et lecteurs.

N'hésite pas à nous contacter ou nous envoyer tes photos, qui sait, tu pourrais bien être publié(e) dès le prochain numéro...



© US CLUNY

ICI, C'EST CLUNY

Voici les U13 de l'US Cluny, après un match à Tournus le samedi et un tournoi à Crêches-sur-Saône le lundi. Tournoi où, malgré l'absence de 4 joueurs, ils ont fini cinquièmes sur 24 équipes. Les jeunes Clunisois ont montré une belle combativité et ont bien mérité le sandwich préparé par leurs parents.
On attend avec impatience vos photos de tournois, voire de vos sandwichs !



© ANTOINE SIFFROI



© ANTOINE SIFFROI



© ANTOINE SIFFROI

ILS L'ONT FAIT !

Superbe initiative du FC Fontenay-Le-Fleury, avec ce match de l'environnement. L'objectif était aussi simple qu'ambitieux : jouer du lever au coucher du soleil (soit plus de 12h) sans s'arrêter. Au total, cela donne 11 rencontres de suite, 220 participants et 147 buts. Un beau défi pour une noble cause !

DESSINE-MOI UN CITIZEN

Très belle réalisation de Manchester City ! **Des enfants ont en effet été invités à dessiner leurs joueurs préférés.** Mieux, les dessins ont ensuite été publiés sur l'Instagram du club, illustrant même le post officiel du match contre West Ham. La grande classe. Évidemment, tous vos dessins sont les bienvenus, et nous nous ferons un plaisir de publier les œuvres les plus réussies !



@MANCITY



@MANCITY

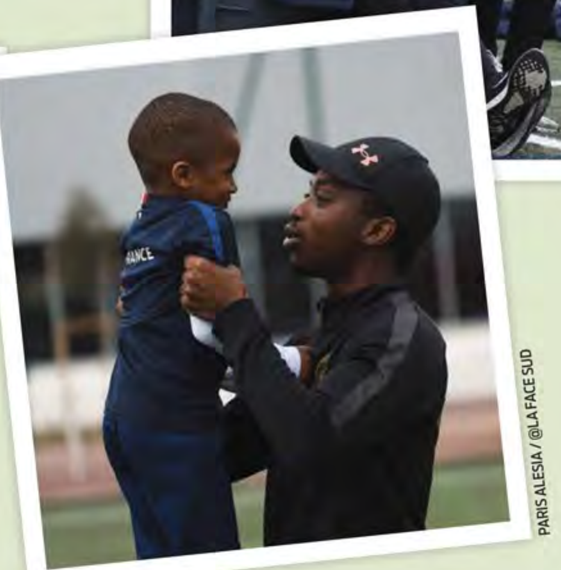
À L'AISE À ALESIA

À l'image du Paris Alesia FC, les clubs organisent des stages pour nos joueurs en herbe pendant les vacances scolaires. L'occasion d'échanger, de progresser, de s'éclater. Et de faire de jolies photos, pour autant de souvenirs et de moments privilégiés. **N'hésitez pas à nous envoyer vos photos de stage ou d'entraînement, ces pages sont là pour ça. Rendez-vous le mois prochain !**

PARIS ALESIA / @LA FACE SUD



PARIS ALESIA / @LA FACE SUD



PARIS ALESIA / @LA FACE SUD

LA PAROLE EST À VOUS

***Si vous avez envie de partager votre passion pour le football,* vos interrogations et vos coups de gueule, c'est ici !**

MAMADOU, 14 ANS

J'étais vraiment fan de Pogba, avec ma mère aussi, on adorait le joueur, sa personnalité, les relations qu'il avait avec ses frères et sa mère… Et puis il y a eu cette histoire de marabout. Au début, je n'arrivais pas à accepter la réalité, mais en suivant l'histoire, je me rends compte que son frère dit peut-être la vérité, du coup, ça me rend un peu triste. Parce que j'aimais beaucoup le joueur, on joue un peu pareil. Si c'est vrai, c'est un peu grave, même si c'est sa vie personnelle, ça n'a rien à voir avec le foot en vrai. Mais quand même, j'étais fan de lui, après ça, c'est un peu compliqué. Est-ce que vous croyez que cette histoire est vraie ?

SOFOOT CLUB **Cher Mamadou,** cette histoire est effectivement triste. Ce que l'on sait, c'est que Pogba nie avoir payé un marabout pour nuire à Mbappé. Et que Kylian a « choisi » de le croire. Pour le reste, l'enquête sur le braquage et le chantage dont le joueur de Turin a été victime est toujours en cours.

LÉON, 14 ANS

J'aimerais bien qu'il y ait plus de fiches dans le magazine pour apprendre des gestes techniques qui affaiblissent l'adversaire et pour m'améliorer au foot. J'aimerais apprendre de beaux enchaînements avec les gestes techniques qui vont ensemble. Et puis aussi apprendre à être plus performant physiquement.

SOFOOT CLUB **Cher Léon,** nous allons essayer d'exaucer ton vœu. Tu trouveras dans les prochains numéros plein de conseils pour améliorer ton jeu et développer tes qualités physiques. Grâce à *So Foot Club*, tu seras bientôt au top !

MOHAMED, 14 ANS

Je suis fan du Barça. C'est mon cousin qui m'a influencé, parce que son joueur préféré, c'était Lionel Messi à l'époque, et c'est vrai que c'est le meilleur joueur du monde. Même quand les performances du Barça ne sont pas très bonnes, on reste fidèle. Pourriez-vous interviewer Dembélé, parce qu'il est français et que c'est mon joueur préféré. En plus, il est né le même jour que moi !

SOFOOT CLUB **Cher Mohamed,** tu as très bon goût. Nous allons faire notre possible pour que tu puisses retrouver bientôt Dembélé dans ton magazine préféré. Reste fidèle aussi à SFC !

SELYAN, 13 ANS

J'aimerais bien que vous donniez dans le magazine les sites où l'on peut regarder gratuitement les matchs qui sont sur des chaînes payantes. C'est possible ?

SOFOOT CLUB **Cher Selyan,** bah non, ça ne va pas être possible, car ces sites sont illégaux. Désolé !

LOUIS, 15 ANS

La Coupe du monde, c'est important, ça réunit toutes les nations, c'est l'un des trophées le plus importants que tu puisses avoir en tant que footballeur, et il y a eu plein de matchs importants que l'on n'a pas pu voir gratuitement, c'est une honte, ça me révolte ! Pareil pour la Ligue des champions, je suis obligé d'aller au fin fond d'internet pour trouver des sites pirates pour voir les matchs du PSG dont je suis fan, ou de demander le compte de quelqu'un d'autre. Pouvoir profiter des grandes compétitions de foot sans payer, ça devrait être possible et accessible à tous. D'ailleurs, mes parents disent qu'avant, ils pouvaient voir tous les matchs gratuitement.

SOFOOT CLUB **Cher Louis,** on comprend ton mécontentement, mais malheureusement, le foot, ce n'est pas que du sport, c'est aussi du business. Effectivement, avant le Mondial 2014, les matchs de la Coupe du monde étaient retransmis en France sur les chaînes sans abonnement (TF1, France 2 ou M6). Mais depuis, la FIFA ayant considérablement augmenté le prix des droits de diffusion, ces chaînes ne peuvent plus payer seules, et une partie des droits de chaque grand événement est achetée par des chaînes payantes. Au détriment des passionnés qui n'ont pas les moyens de payer les précieux abonnements.



Chaque mois, retrouve les conseils de* So Foot Club *pour améliorer ta pratique.

MENTAL



JE SUIS TOUJOURS SUR LE BANC DE TOUCHE COMMENT RESTER MOTIVÉ(E) ?

Quand on aime le foot, on a toujours envie d'être sur le terrain plutôt que de regarder le match du banc. Et puis, la confiance en soi en prend un coup quand on n'est pas choisi(e) par le coach...

Il ne faut pas se décourager pour autant ! Même les plus grands joueurs ont connu ça. Benzema a longtemps « ciré le banc » avant d'être titularisé au Real Madrid... Cela ne l'a pas empêché de devenir Ballon d'or.

Le secret ? De la patience, et du travail, toujours du travail. Même si tu trouves que c'est injuste, dis-toi que l'entraîneur a quand même davantage d'expérience que toi : il met en avant ceux qu'il estime au meilleur de leur forme et de leur efficacité pour créer une dynamique de groupe. Il pense que tu n'as pas ta place sur la pelouse ? À toi de lui faire changer d'avis, en redoublant d'efforts à l'entraînement, en te montrant toujours positif(ve) et concentré(e).

Tu verras, cela finira par payer.

DIÉTÉTIQUE

QU'EST-CE QUE JE DOIS MANGER QUAND J'AI UN COUP DE MOU ?

ON OUBLIE

- Les pâtisseries.
- Les pizzas... même froides !
- Le cheeseburger ou le kébab.

Ton organisme sera trop occupé à digérer les sucres et les graisses pour te procurer la force de courir !

ON DIT OUI

- **Aux amandes**, très énergétiques, et aux fruits secs et à coque en général (noix, raisins secs...).
- **À la compote de pomme** (en gourde, pratique à transporter) : sans sucre ajouté, c'est mieux, car elle contient déjà du fructose (un sucre naturel) qui va te donner un petit coup de boost.
- **Au chocolat**, noir de préférence, car plus riche en cacao qui contient des flavonoïdes favorisant l'apport en oxygène au niveau des muscles.
- **À la banane**, riche en potassium (évite les crampes) et en glucides (recharge les batteries).
- **Aux barres de céréales** contenant plusieurs des éléments cités plus haut ; riches en glucides à assimilation rapide, elles donnent un coup de fouet quasi instantané.

TECHNIQUE

JE SUIS NUL(LE) DE LA TÊTE COMMENT M'AMÉLIORER ?

Les pieds dans le foot, c'est bien, mais la tête, ça sert aussi : coucou Cristiano Ronaldo et ses 140 buts de la tête au compteur ! Pour rivaliser avec CR7, il faut d'abord surmonter sa peur de se faire mal. Première recommandation : commencer à s'entraîner avec un ballon pas trop gonflé. Ensuite, ne pas prolonger les entraînements, pour ne pas risquer la migraine.

LE FRONT Dans le jeu de tête, c'est en fait le front que tu vas utiliser. Pas le nez (tu risques de te le casser), ni l'oreille ou la joue…

LES YEUX On a trop souvent tendance à les fermer en voyant la balle arriver. Au contraire, garde-les bien ouverts pour t'assurer de sa trajectoire et bien viser ensuite.

LE BUSTE C'est le mouvement de balancier qu'il va effectuer, en arrière puis en avant au moment de la frappe, qui va donner de la puissance à ta balle.

LES COUDES Pour garder l'équilibre en sautant, écarte-les. Ça tiendra aussi tes adversaires au large.

PHYSIQUE

COMMENT NE PAS AVOIR DE COURBATURES ?



Tu as tout donné sur le terrain ? C'est super, mais ces muscles qui t'ont si bien servi risquent de se rappeler à ton bon souvenir dès demain. Ah, si on pouvait les éviter, ces fameuses courbatures… Eh bien, on peut. Ou du moins, on peut limiter les dégâts, en prenant quelques mesures préventives.

ON S'HYDRATE On remplace les litres de liquide qui se sont envolés tellement on a transpiré, en buvant beaucoup (de l'eau de préférence). Cela favorise aussi l'évacuation des substances toxiques produites par l'effort.

ON RESPECTE L'ÉCHAUFFEMENT Il faut que la température du corps augmente lentement avant l'exercice. Si tes muscles sont froids quand tu les sollicites intensément, tu risques la blessure.

ON NE ZAPPE PAS LES ÉTIREMENTS Après le match, n'oublie pas de t'étirer (en douceur). Cela permet d'assouplir les muscles contractés par l'effort, ce qui réduit les douleurs le lendemain.

TEXTES : ANGÉLIQUE ADAGIO. ILLUSTRATIONS : EL DON GUILLERMO

Vive les vacances avec Okapi !

Hors-série de l'été



5,95 €

bayard

En vente dès le 7 juin chez ton marchand de journaux

DANS LE PROCHAIN NUMÉRO DE

SO FOOT CLUB 100% ADO

SPÉCIAL ÉQUIPES DE FRANCE

L'ALBUM PHOTOS *de la victoire lors de la Coupe du Monde en 1998*

ZOOM SUR *l'équipe de France féminine avant le Mondial 2023*

SO FOOT CLUB, mensuel,
édité par SO PRESS, S.A.S au capital
de 1 063 204 euros, RCS n°445391196
15 rue du Ruisseau 75018 Paris
En partenariat avec Bayard
18 rue Barbès
92120 Montrouge

ADMINISTRATION RÉDACTION CONCEPTION

Président et directeur de la publication Franck Annese
Éditeurs Pascal Ruffenach, Nathalie Becht, Delphine Saulière d'Izarny
Directeur général Éric Karnbauer
Directeur Marketing Éditeur Stéphane Chagot
Directeur du développement Brieux Férot
Responsable administratif & financier Baptiste Lambert
Comptable Teddy Miatti
Rédacteurs en chef So Foot Club Angélique Adagio & Simon Capelli-Welter
Secrétaire générale de rédaction Nathalie Kouyoumdjian
Secrétaire de rédaction Julie Canterranne
Rédacteur en chef adjoint et directeur artistique Frédéric Benaglia
Conception et réalisation graphique Virginie Lafon
Photographies IconSport
Webmaster Gilles François
Webmaster adjoint Aina Randrianarijaona

H3 media

PUBLICITÉ
Secteurs : édition, sport, équipementiers
H3 MEDIA
15 rue du Ruisseau, 75018 Paris
01 43 35 82 65
Email: contact@h3media.fr
Directeur Guillaume Pontoire
Directeur de publicité Jean-Marie Blanc
Cheffe de publicité Christelle Semiglia
Cheffes de projet Olivia Boulnois et Angie Duchesne

PUBLICITÉ
Secteurs : autres
Bayard Media développement (01 74 31 49 86)
Directrice générale Sibylle Le Maire
sibylle.le-maire@bayardmedia.fr
Directrice générale adjointe Fabienne Marquet
fabienne.marquet@bayardmedia.fr
Directeur commercial Antoine Mayran De Chamisso
Antoine.Mayran-De-Chamisso@bayard-media.fr (01 74 31 49 14)

COMMUNICATION
communication@sopress.net

SYNDICATION
syndication@sopress.net

DIFFUSION
Agence BO CONSEIL
Directeur Otto Borscha
oborscha@boconseilame.fr
0967320934

Couverture – Kylian Mbappé, le Boss
© Patrick Hertzog/AFP

ISSN: 2273-6492; Commission paritaire n°CPPAP0524 K 92294
Loi n°49-956 du 16/07/49 sur les publications destinées à la jeunesse modifiée par la loi n°2011-525 du 17/05/2011
Imprimé par Léonce Deprez; Distribution MLP

Origine du papier: Suisse
Taux de fibres recyclées: 55%
Ptot: 0,013 kg/tonne

ABONNEMENTS

Vincent Ruellan, Louise Besse et Melvin Coq

Contact:
abonnement@sofoot.com
15 rue du Ruisseau
75018 Paris

PROCHAIN NUMÉRO

En kiosque
05/07/2023

Rejoignez-nous sur l'Instagram So Foot Club
www.instagram.com/sofootclub



